**Medikamente: Beipackzettel verstehen**

**Häufig oder selten, Einnahmehinweise, Wechselwirkungen:**

**die wichtigsten Informationen aus der Packungsbeilage kurz erklärt**

**Von Nadja Katzenberger, Aktualisiert am 21.04.2022**

**Die Häufigkeit**

Bei bekannten Nebenwirkungen ist vermerkt, wie oft sie auftauchen: „Sehr häufig“ bedeutet, dass mehr als einer von zehn Patienten davon betroffen ist, also mehr als zehn Prozent. „Häufig“: ein bis zehn Behandelte von 100; „gelegentlich“: ein bis zehn von 1000, „selten“: von 10 000; „sehr selten“ bedeutet: Die Nebenwirkung ist bei weniger als einem Behandelten von 10 000 aufgetreten

**Das schwarze Dreieck**

Diesen Hinweis müssen seit 2013 verschreibungspflichtige Medikamente in der Packungsbeilage führen, die neu zugelassen und deren Langzeitwirkungen teilweise noch unbekannt sind. Diese Arzneimittel stehen unter genauer Beobachtung. Jeder Verdacht einer Nebenwirkung sollte den zuständigen Stellen, beim Arzt oder in der Apotheke gemeldet werden

**Umkehrbare Nebenwirkungen**

Manche Nebenwirkungen tauchen vor allem am Anfang auf und verschwinden dann wieder. Oftmals gehören gerade diese Nebenwirkungen zu den „häufigen“. Miriam Oster, Apothekerin aus Oberursel, rät: „Fragen Sie im Zweifelsfall immer bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach."

**Wechselwirkungen**

Manche Medikamente können die Wirkung anderer Substanzen beeinflussen, auch wenn Sie diese zeitversetzt einnehmen. Das gilt auch für Mittel, die Sie rezeptfrei kaufen.

**Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach!**

Der Beipackzettel verunsichert Sie? Lassen Sie sich ausführlich in Ihrer Apotheke beraten, dort kann man Ihnen die ein oder andere Unsicherheit nehmen. Miriam Oster betont: „Die Wirkung steht immer im Vordergrund!“ In Ihrer Stamm-Apotheke können Sie Ihre wichtigsten Gesundheitsdaten hinterlegen. Bei Wechselwirkungen und Gegenanzeigen sind Sie so besser beraten – und haben zusätzliche Sicherheit.

**Hinweise zur Einnahme**

Nüchtern, zu einer Mahlzeit oder nur am Abend? „Nehmen Sie diese Hinweise ernst, sonst kann das Medikament nicht seine volle Wirkung entfalten“, sagt Oster. Die korrekte Einnahme schützt, zum Beispiel bei Alendronsäure zur Behandlung von Osteoporose. Das Mittel darf nur aufrecht eingenommen werden, sonst kann es die Speiseröhre schädigen.